

Día a día nº 19 Febrero 2009



*Día a día es un boletín vía e-mail cuya misión es dar a conocer las enseñanzas de **Sesha** — sobre la No-dualidad — aplicadas a la vida cotidiana de las personas.*

Este boletín **puede reenviarse** a toda persona interesada en la búsqueda personal, en el conocimiento de sí mismo y de la Realidad Final.

La certeza de saber que el miedo es sólo miedo, es lo que te libera de él.

Sesha

Extracto de una charla realizada por chat el 21 de Enero del 2009, entre un alumno argentino y Sesha.

Sesha: Y tu mente, ¿cómo va?

Alumno: A veces alborotada y a veces no la puedo encontrar.

Sesha: Tienes la vida entera para encontrarla, no hay prisa.

Alumno: Las preocupaciones vienen últimamente por el estado de salud de mi viejo.

Sesha: Está muy tenso, muy preocupado, es de carácter recio, autosuficiente y de cabeza un poco dura. No podrás cambiarlo si él no desea hacerlo.

Alumno: ¿El *karma* de él está ya determinado a un final violento?

Sesha: ¿Violento...?

Alumno: De muerte súbita, por un infarto o algo similar.

Sesha: Es una bella forma de morir..., te lo digo por experiencia.

Alumno: ¿Y la de él será así?

Sesha: Creo que no te ayuda que lo sepas.

Alumno: Pero quiero saberlo para prepararme psicológicamente.

Sesha: Acéptalo y quíerelo, eso es lo mejor; su vida es de él y sólo Dios sabe qué pasa por su alma para hacer lo que hace. Cualquier reacción tuya es viable con él, siempre y cuando no sufras ni te sientas haciendo parte de ella, ¿me entiendes?

Alumno: Actuar sin apego a la acción, sin desear un resultado determinado ni sufrir por lo que traiga.

Sesha: Sí, así de esa manera puedes incluso decirle lo peor que se te ocurra.

Alumno: Es difícil actuar así con él, es mi papá; hay muchos sentimientos y mucha historia involucrada.

Sesha: Actuar así no depende de él, sino de ti.

Alumno: Entiendo.

Sesha: Tienes buen corazón, pero tu mente es un remolino; algún día se calmara, ten paciencia. Vive siempre atento..., y todo el tiempo haz sólo eso.

Alumno: ¿Puedo aprovechar para hacer una pregunta?

Sesha: Claro.

Alumno: Me quedé pensando en lo que me escribió la otra vez, que fue esto: "siempre se puede pensar más, pero es el *karma* quien determina el actuar".

Sesha: Debes siempre entender desde donde se te enseña, si es desde la dualidad o desde la No-dualidad. Desde la dualidad la voluntad es el eje de la acción; desde la No-dualidad no hay sentido real a cualquier pregunta que determine un sujeto.

Alumno: Y, en realidad, ¿el eje de la acción cuál es?

Sesha: ¡Hay acción, pero no quien actúe!, esa es la esencia.

Alumno: Ok, hasta aquí lo entiendo. Mi pregunta es, ¿qué es lo que está determinado por *karma*: el hacer, el pensar o ambos?

Sesha: Todo, todo es resultado del *karma*, menos la Conciencia y el Amor.

Alumno: ¿Hay algo en lo que, aunque sea en apariencia, yo sea libre?, ¿algo en lo cual apoyarme y dejar de ocuparme de otras cosas en las que no lo sea, o no lo sea tanto?

Sesha: Sí, el instante que hay entre pensamiento y pensamiento es libre.

Alumno: Pero ese instante, al principio, lo busco con el pensamiento, lo deseo, lo añoro. Todos esos pensamientos, mi anhelo de sentarme a practicar, o de practicar *karma yoga* mientras voy caminando, ¿dónde están todos esos deseos?

Sesha: Están mientras los recuerdas.

Alumno: Y esos recuerdos de lo que soy y de lo que tengo que hacer, ¿son evocados libremente o son evocados por *karma*?

Sesha: Ello es la maquinaria *kármica* que se autoalimenta.

Alumno: Pareciera que no tiene salida.

Sesha: ¿Salir de dónde...?

Alumno: Jajajaja, buen punto. Es reconfortante recordar que no hay barrotes, pero me sigue doliendo cuando trato de cruzarlos, aun cuando tengo un pensamiento cuyo contenido es “no hay barrotes ni nadie para cruzarlos”.

Sesha: Tus pensamientos son los barrotes y son ellos quienes están en la cárcel.

Alumno: Y si quien practica es un pensamiento, ¿cómo es que deja de serlo?

Sesha: Porque sólo lo es cuando se piensa. Naces a cada pensamiento, mueres a la terminación de otro. Naces y mueres incesantemente, pero es tan rápido el proceso mental, que ves la continuidad de lo que no eres y no de lo que eres, al igual que los fotogramas de una película.

Alumno: Algo debe unir los fotogramas en una continuidad.

Sesha: El espacio (como ejemplo) contiene la información del fotograma y al espacio entre ellos. Ello es lo Real. Ello es sin partes, Ello es sin diferencia, pero cualquier diferencia es tan solo sustancialidad de Ello. Ello sigue siendo “Ello” aún en la sustancialidad de *maya*.

Alumno: ¿Quién es el que presta o deja de prestar atención al fotograma o al espacio entre fotogramas?

Sesha: Lo que conoce es Ello; quien cree conocer Ello es el *adiarupa* (sobreimposición) que origina *maya*.

Alumno: ¿Por qué Ello está uniendo los fotogramas?

Sesha: Ello no hace nada, eso lo ves tú. Tú ves la intencionalidad, la experimentas. Ello no hace, solo es lo que Es.

Alumno: ¿Quién tiene miedo si cada fotograma muere instantáneamente?, ¿quién se muere?

Sesha: Muere el sentido de duda. El miedo es duda, es recuerdo; lo que conoce es Aquello. La certeza de saber que el miedo es sólo miedo, es lo que te libera de él. La certeza no es miedo, ni su ausencia, ni tiene partes; es sólo Ello. Ello es certeza continua de Ser.

Alumno: Con que el miedo sea miedo ya alcanza para asustar.

Sesha: El miedo es como la noche, asusta por lo que recuerdas, no por lo que ella es.

Alumno: ¿Esa certeza, ese valor para superar el miedo, está en mi *karma*?

Sesha: No, el *karma* escribe sobre ella, el *karma* es la tinta: Aquello es el papel.

Alumno: No me esperaba esa respuesta.

Sesha: La idea es sorprenderte para que dejes de pensar..., pero te armas tan rápido nuevamente..., qué error. Qué horroroso hábito de pensar.

Alumno: Sólo le puedo pedir que a pesar de mi persistencia, sea más persistente conmigo todavía.

Sesha: Sólo hay cariño hacia ti, siempre lo habrá.

Alumno: Gracias.

Para saber más sobre **Sesha** puedes visitar la web www.vedantaadvaita.com, donde encontrarás artículos, entrevistas, videos, audios, además del calendario de seminarios y cursos.

En www.sesha.info podrás adquirir sus libros.